

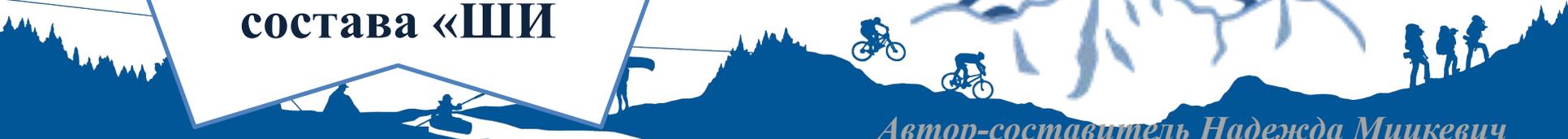
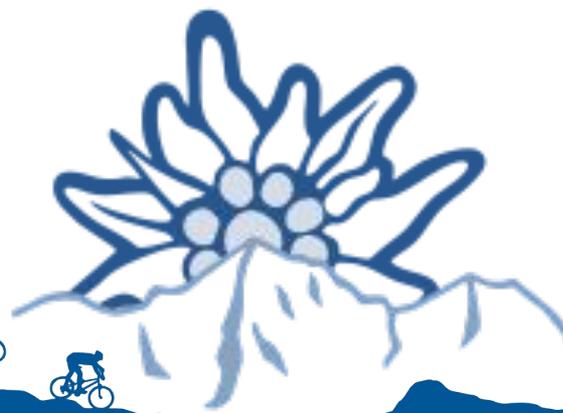


# ШКОЛА ИНСТРУКТОРОВ

*2016-2017*

Описание и структура курса

**ИНФОРМАЦИЯ**  
**ТОЛЬКО** ДЛЯ  
Преподавательског  
о и  
инструкторского  
состава «ШИ



*Автор-составитель Надежда Мицкевич*



# ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ

ШКОЛЫ ИНСТРУКТОРОВ

Подготовка кадров коммерческого туризма способных грамотно и безаварийно управлять группой коммерческих туристов в условиях живой природы и городского пространства.





# ЗАДАЧИ

## ШКОЛЫ ИНСТРУКТОРОВ



**Определение из массы потенциально способных к работе кадетов в области коммерческого туризма.**



**Обучение кадетов минимальным умениям и навыкам, развитие спортивного мастерства для работы с коммерческим клиентом.**



**Детальная подготовка квалифицированных кадров для работы в сфере коммерческого туризма**



# СТРУКТУРА КУРСА

ШКОЛЫ ИНСТРУКТОРОВ



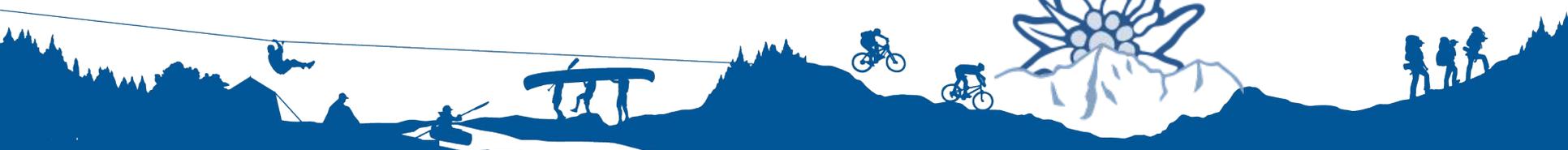
**БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ**



**СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ  
УРОВЕНЬ**



**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ  
УРОВЕНЬ**





# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

СОСТОИТ ИЗ МОДУЛЕЙ:



**ОРГАНИЗАЦИЯ**



**ПСИХОЛОГИЯ**



**АНИМАЦИЯ**



**ОРИНТИРОВАНИЕ  
И НАВИГАЦИЯ**



**ХАЙКИНГ**





# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



**ОРГАНИЗАЦИЯ**

- ✓ Знакомство с кадетами школы;
- ✓ Краткое обсуждение вопросов организации;
- ✓ Должностные обязанности в группе, обратная связь;
- ✓ Специфика работы гида-проводника, лидера, инструктора;
- ✓ Требования, должностные обязанности;
- ✓ Ответственность за участников;
- ✓ Пред походная, походная документация;
- ✓ Виды, особенности и перспективы развития современного туризма.



# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:

## "Алгоритм психологической организации группы".

- ✓ Мотивация участников;
- ✓ Ожидания и опасения;
- ✓ Позиция гида-проводника (инструктора);
- ✓ Правила группы.

## "Психология ведения группы"

- ✓ Ролевая структура в группе;
- ✓ Виды конфликтов в группе;
- ✓ Развитие конструктивных взаимоотношений в группе;
- ✓ Рекомендации по самоорганизации гида-проводника (инструктора).



**ПСИХОЛОГИЯ**



# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



- ✓ Этапы развития группы;
- ✓ Игры на знакомство;
- ✓ Игры на сплочение;
- ✓ Игры без реквизита;
- ✓ Игры с походным реквизитом;
- ✓ Игры в автобусе;
- ✓ Работа с «трудными участниками»;
- ✓ Особенности работы с детскими группами.



# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЕЙ:



## ХАЙКИНГ

- ✓ Транспорт (заброска/ выброска с маршрута);
- ✓ Составление сметы похода;
- ✓ Подготовка общественного снаряжения;
- ✓ Составление раскладки;
- ✓ Распределение обязанностей между участниками;
- ✓ Бесплатные и платные походы;
- ✓ Дети в походе;
- ✓ Как сделать поход интересным;
- ✓ Подведение итогов.

- ✓ Общая характеристика, виды и специфика походов;
- ✓ Цели и задачи похода;
- ✓ Формальные требования к походу;
- ✓ Подготовка к походу;
- ✓ Выбор района похода;
- ✓ Сбор материала о маршруте;
- ✓ Разработка маршрута (ключевые точки, ночевки, аварийные выходы)



# БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЕЙ:



**РУКОВОДСТВО**





# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:



**ЕСТЕСТВЕННЫЙ  
РЕЛЬЕФ**



**ИСКУССТВЕННЫЙ  
РЕЛЬЕФ**



**ОБЩАЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ  
ПОДГОТОВКА  
ИНСТРУКТОРА**



**ПОИСКОВО-  
СПАСАТЕЛЬНЫЕ  
РАБОТЫ**



**ТИМБИЛДИНГ**



# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:

## Страховка в туризме

- ✓ Виды и особенности страховки;
- ✓ Станции. Организация станций;
- ✓ Правила передвижения на склоне;
- ✓ Самоудержание на склоне.



## ЕСТЕСТВЕННЫЙ рельеф

- ✓ Виды и особенности естественного рельефа (далее ЕР);
- ✓ Техника передвижения по ЕР;
- ✓ Знакомство с основным снаряжением, применяемым для движения по ЕР;
- ✓ Обеспечение страховки при передвижении по ЕР;
- ✓ Обеспечение страховки при передвижении по ЕР;
- ✓ Узлы, применяемые в туризме.
- ✓ Переправа. Виды переправ;
- ✓ Организация переправ;
- ✓ Страховка при движении по переправе;
- ✓ Полиспаст;
- ✓ Теория, виды полиспастов, особенности.



# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



**ИСКУССТВЕННЫЙ  
рельеф**





# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



## ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

- ✓ Скандинавская ходьба
- ✓ Основы техники передвижения с трекинговыми палками.
- ✓ Лыжная подготовка.

- ✓ Особенности передвижения по рельефу
- ✓ Особенности постановки стопы
- ✓ Работа суставного аппарата в движении
- ✓ Комплекс упражнений для подготовки в группе
- ✓ Минимум и максимум для разных уровней групп
- ✓ Упражнения для самостоятельной подготовки
- ✓ Модульный комплекс разминки для подготовки к поездке на маршрут;
- ✓ - «Школьник»
- ✓ - «Балетная школа»
- ✓ - «Культ бога солнца»
- ✓ Скандинавская ходьба
- ✓ - Основы техники передвижения с трекинговыми палками.



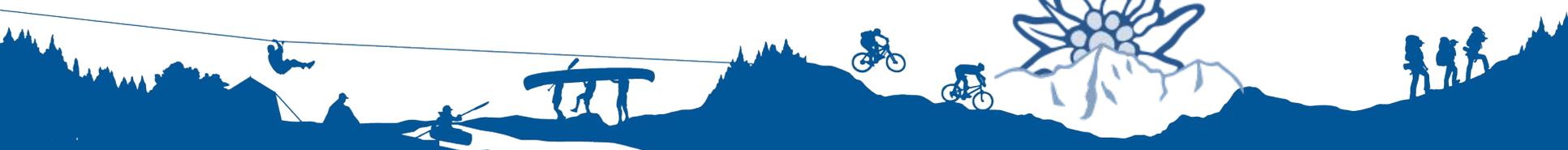
# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



## ПОИСКОВО- СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

- ✓ Ответственность старшего (инструктора) за безопасность и здоровье членов группы.
- ✓ Действия старшего группы до выезда в горы.
- ✓ Список обязательных мероприятий по прибытию на место.
- ✓ Немедленное реагирование в ситуации НС и ЧС. Алгоритм.
- ✓ Взаимодействие со спасательными службами.
- ✓ Оказание первой помощи и эвакуация пострадавших. (Теория и практика)
- ✓ Фактор гипотермии. (Теория и практика)





# СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УРОВЕНЬ

ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:

- ✓ Этапы «ВК» не требующие специального страховочного снаряжения;
- ✓ Этапы «ВК» с использованием подручного материала;
- ✓ Тимбилдинг из багажника;



**ТИМБИЛДИНГ**

- ✓ Использование слеклайна и готовых конструкций при постановке «ВК»
- ✓ Учимся закреплять веревку на опоре так, чтобы узел можно было развязать после натяжения;
- ✓ Собираем полиспаг, учимся крепить полиспаг к опоре, к веревке;
- ✓ Использование зажимов при натяжении одинарных или двойных верёвок;
- ✓ Учимся быстро и надёжно ставить короткие этапы без использования полиспага.
- ✓ Даём разъяснения по использованию зажимов для натяжения перил. Рассказываем о существующих ограничениях;
- ✓ Использование слейклайнов.



# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:



**МЕДИЦИНА В  
АВТОНОМИИ**



**ОРИНТИРОВАНИЕ  
И НАВИГАЦИЯ**



**ЭКСКУРСОВЕДЕНИЕ**



**ГОРНАЯ  
ПОДГОТОВКА**



**ВЫЖИВАНИЕ В  
ПРИРОДНОЙ  
СРЕДЕ**





# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



# МЕДИЦИНА В АВТОНОМИИ

### Понятие о Первой Помощи

- ✓ Экстренная эвакуация;
- ✓ Вторичный осмотр;
- ✓ Сердечно-легочная реанимация;
- ✓ Раны и кровотечения;
- ✓ Действия при переломах конечностей;
- ✓ Гипертония;
- ✓ Обморожения;
- ✓ Ожоги;
- ✓ Человек подавился;
- ✓ Укусы змей и опасных насекомых;
- ✓ Фактор гипоксии и симптомы горной болезни.

### «Медицинское обеспечение похода и доврачебная помощь»

- ✓ Ответственность за группу, самоконтроль на маршруте;
- ✓ Противопоказания к сложным походам и пребыванию на высоте;
- ✓ Необходимость физкультурно-диспансерного обследования перед прохождением маршрута;
- ✓ Гипоксия, как определяющая особенность воздействия горного комплекса;
- ✓ Горная болезнь, особенность ее проявления, средства ее предупреждения.
- ✓ Механизм воздействия многоступенчатой активной акклиматизации;
- ✓ Механизм взаимодействия витаминизации и пищевого фактора.



# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



## ОРИЕНТИРОВАНИЕ И НАВИГАЦИЯ

### Практика (на улице):

- ✓ Техника движения по азимуту.
- ✓ Обратный и аварийный азимуты.
- ✓ Прохождение маршрута по заданию с использованием карты и компаса.

### Теория (лекция):

- ✓ Понятие о карте, устройство карты и условные знаки.
- ✓ Чтение топографической карты.
- ✓ Привязка карты к местности.
- ✓ Компас. Виды компасов. Устройство.
- ✓ Понятие об азимуте.
- ✓ Выбор ориентиров на местности.
- ✓ GPS: устройство, принцип работы, сфера применения.
- ✓ Основы использования GPS приёмников для ориентирования в полевых условиях.
- ✓ Создание путевых точек, использование GPS на маршруте.
- ✓ Привязка GPS к карте.
- ✓ Привязка к местности.
- ✓ Различные дополнительные функции GPS приёмника, их использование.
- ✓ Синхронизация с PC, программа Ozi Explorer



# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



### ЭКСКУРСОВЕДЕНИЕ

- ✓ Методика и техника проведения экскурсии;
- ✓ Задачи экскурсии;
- ✓ Виды экскурсий;
- ✓ Правила построения рассказа;
- ✓ Выбор объектов показа;
- ✓ Деловой этикет (правила экскурсовода);
- ✓ Грамотные ответы на "непростые" вопросы;
- ✓ Специфика работы с детской аудиторией.



# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



## ГОРНАЯ ПОДГОТОВКА

- ✓ Горный рельеф и факторы высокогорья;
- ✓ Передвижение по различным видам горного рельефа;
- ✓ Устройство бивуака на различных горных рельефах;
- ✓ Используемое снаряжение (назначение, устройство);
- ✓ Радиоподготовка в горах ;
- ✓ Принципы планирования маршрутов в горах;
- ✓ Организация взаимодействия группы с ПСО.



# ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

## ДЕТАЛИЗАЦИЯ МОДУЛЯ:



### ВЫЖИВАНИЕ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

- ✓ Определение и понятие экстремальности;
- ✓ Факторы и стрессоры выживания, понятие автономного существования;
- ✓ Поддержание морального климата;
- ✓ Средства сигнализации;
- ✓ Дикорастущие съедобные растения;
- ✓ Приготовление пищи;
- ✓ Водообеспечение





## 6 МЕСЯЦЕВ ОБУЧЕНИЯ ВКЛЮЧАЮТ В СЕБЯ:



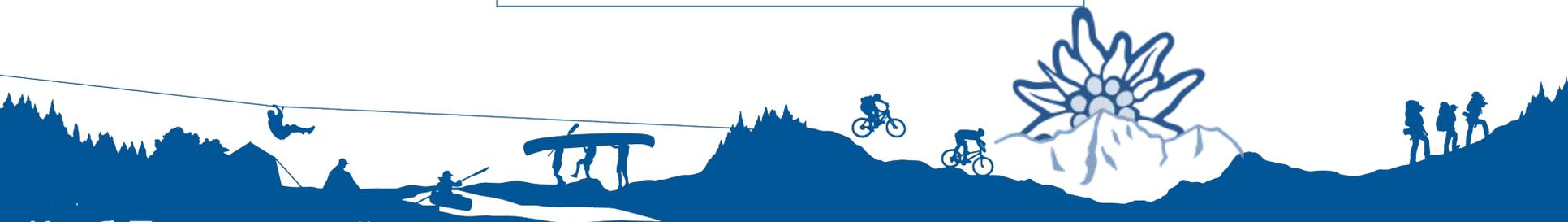
**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ  
И ПРАКТИЧЕСКИЕ  
ЗАНЯТИЯ**



**УЧЕБНО-  
ТРЕНИРОВОЧНЫЕ  
ВЫЕЗДЫ**



**ЗАНЯТИЯ НА  
ИСКУССТВЕННОМ  
РЕЛЬЕФЕ, ПСР.**



# ГЕОГРАФИЯ



**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ  
И ПРАКТИЧЕСКИЕ  
ЗАНЯТИЯ В Г. МСК**



**УЧЕБНО-  
ТРЕНИРОВОЧНЫЕ  
ВЫЕЗДЫ**



**ЗАНЯТИЯ НА  
ИСКУССТВЕННОМ  
РЕЛЬЕФЕ, ПСР.**

**ЦЕНТР ГОРОДА МСК**

**КЧР, КБР**

**МОСКОВСКАЯ,  
ВЛАДИМИРСКАЯ,  
СМОЛЕНСКАЯ ОБЛ**

# МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ





# Чем занимается школа инструкторов?

Школа готовит инструкторов коммерческого туризма, способных грамотно и безаварийно управлять группой туристов в условиях живой природы и городского пространства.

По результатам успешной сдачи экзаменов и прохождения УТЛ участнику выдаётся Инструкторское удостоверение «КП»





## КОГДА?

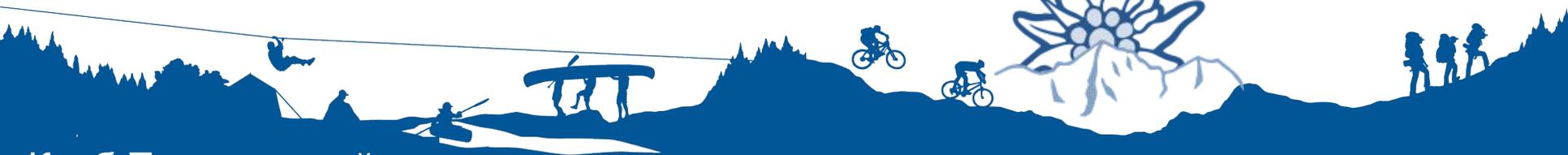
**5 декабря 2015г. – 22 мая 2016г.**

**Все занятия проходят по ВЫХОДНЫМ ДНЯМ**

## ГДЕ?

**Теоретические занятия от КП – м. Измайловская**

**Практические занятия – Подмосковье,  
Смоленская, Владимирская область, Кабардино-  
Балкарская Республика**





# СТРУКТУРА КУРСА

## Теоретические занятия включают:

- ✓ 16 лекционных занятий по 3 часа по субботам

## Практические занятия включают:

- ✓ Ведение экскурсии (54 км от МКАД) 👍
- ✓ Экстремальная медицина (38 км от МКАД) 👍
- ✓ Ледодром (85 км от МКАД)
- ✓ 3 занятия на «живом» рельефе (89 км от МКАД)
- ✓ 1 веревочный курс (56 км от МКАД)
- ✓ 1 занятие в формате ПСР (КБР)
- ✓ 1 поход выходного дня (ПВД) (Владимирская обл.)
- ✓ 1 учебно-тренировочный лагерь (КБР)
- ✓ Первая медицинская помощь (МСС)

# ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

**Место проведения занятий:**



*ИЗМАЙЛОВСКАЯ*

*Ул. 3-я Парковая, д.33*

*зал «Prema club»*

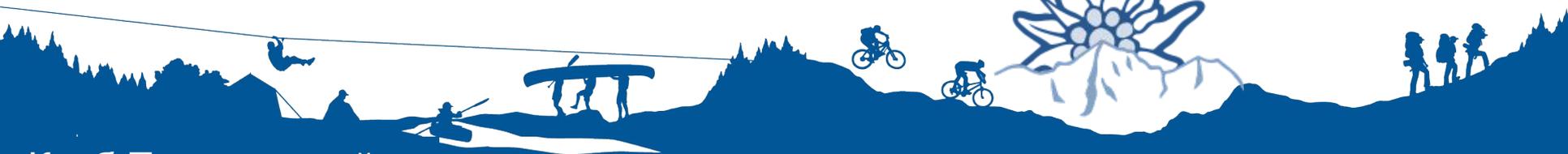
**Время проведения занятий:**

*Каждую субботу (с декабря по апрель) с 13:00 до 16:00*

**Особенности:**

*Кухня, микроволновая печь*

*Зона отдыха, гостевой WI-FI*





# ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

## МОСКОВСКАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ



**Место проведения занятий:**  
*ПРОЛЕТАРСКАЯ*

*Динамо́вская ул, д 10, кор 1*

**Время проведения занятий:**  
*Будние дни (январь) с 19:00 до 22:00 (4 занятия)*

**Особенности мероприятия:**

*Факультативное занятие*

*По окончанию курса выдается свидетельство*

*Чай, кофе мы вам предложим. Плюшки свои.*





# ПРАКТИКА

## ЛЕДОЛАЗАНИЕ

**Место выезда:**

*СТРОГИНО*

*Поездка за город (Жихарево)*

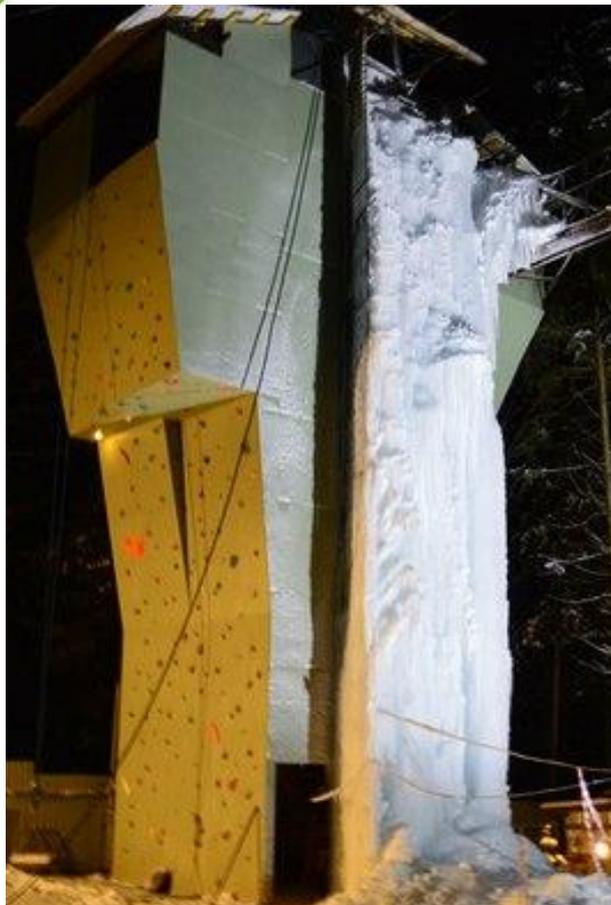


**Время проведения занятия:**

*Воскресенье 10:00-17:00*

**Особенности мероприятия:**

*Практическое занятие на «сосульке» 14 метров (открытая площадка).*





# ПРАКТИКА

## «ЖИВОЙ РЕЛЬЕФ»



**Место выезда:**

*Тоездка за город (Тучково)*

*Склоны*

**Время проведения занятия:**

*Январь, февраль, март.*

*Воскресенье, с 9:30 до 16:00*

**Особенности мероприятия:**

*Три практических занятия по:*

- *Способы передвижения по «живому» рельефу, подъем, спуск, траверс.*
- *Организация страховочных станций. Самозадержание, работа со спец. снаряжением.*
- *Организация переправы с самонаведением.*



# ПРАКТИКА

## «Веревочный курс»

Место выезда:

*ЩЕЛКОВСКАЯ*

*Поездка за город*



Время проведения занятия:

*Март, воскресенье*

Особенности мероприятия:

*Уличная площадка*

*Обучение организации и  
проведению активного тренинга.*



# ПВД

## ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ



**Место проведения:**

*Граница МО и Владимирской обл.*

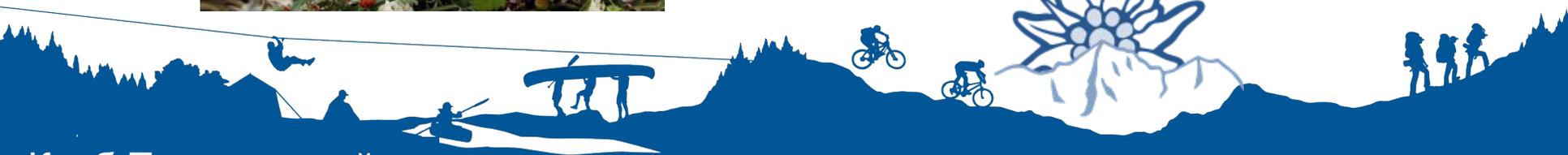
**Время проведения занятия:**

*Апрельские выходные*



**Особенности мероприятия:**

*Организация и проведение похода выходного дня, руководство, участие, ориентирование.*





# ПСР

## ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ



**Место проведения:**

*Кабардино-Балкарская Республика  
Эльбрусский район.*

**Время проведения занятия:**

*1-6 мая 2016г.*

**Особенности мероприятия:**

*Организация и проведение  
поисково-спасательных работ  
силами группы на «живом  
рельефе» в рамках УТЛ.*



# УТЛ

## УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЛАГЕРЬ



**Место проведения:**

*Кабардино-Балкарская Республика*

*Эльбрусский район.*

**Время проведения занятия:**

*1-6 мая 2016г.*

**Особенности мероприятия:**

*Обучение специфике работы гида-проводника в формате полного погружения в профессию.*

*Работа на высоте. Отработка всех полученных за время обучения знаний на практике в горах*



## **МИЦКЕВИЧ НАДЕЖДА (1985 г.р.)**

*Начальник школы, высотный гид, инструктор по спортивному туризму.*

Выпускница Института физической культуры и спорта, МС по л/атлетике, КМС по горному туризму, неоднократное руководство спортивными походами высших категорий сложности, стаж работы в сфере туризма в качестве руководителя более 14 лет, инструкторское удостоверение ТССР № 392-50.

Сфера обязанностей: организация и координация учебного процесса школы.



# Преподавательский состав

**ДЕМИНА МАРИЯ (1985 г.р.)**

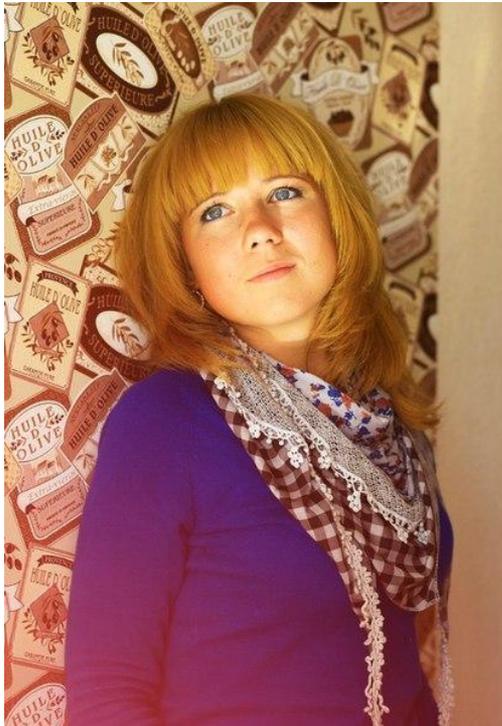
*Заместитель начальника по учебной части, гид-проводник.*

*Преподаватель русского языка и литературы в общеобразовательной школе, многолетний походный опыт, руководство коммерческими турами.*

*Обязанности: координация, контроль за учебным процессом, полное взаимодействие с кадетами школы.*



# Преподавательский состав



**БУДРЕВИЧ**

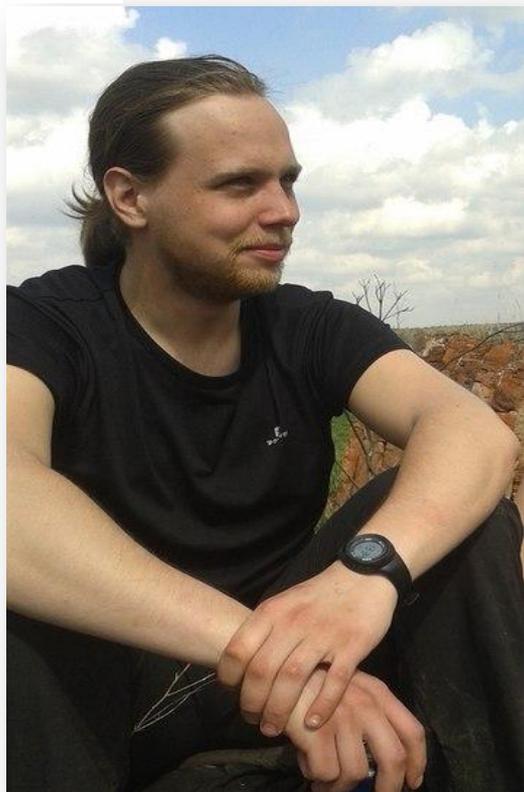
**Дарья Сергеевна (1989 г.р.)**

*Профессиональный экскурсовод,  
ведущий мероприятий,  
практикующий детский психолог.*

Акредитационная карта №40311



# Преподавательский состав



**ТЮРНИН**

**Святослав Игоревич (1989 г.р.)**

*Инструктор-методист по технике  
«живого» рельефа*

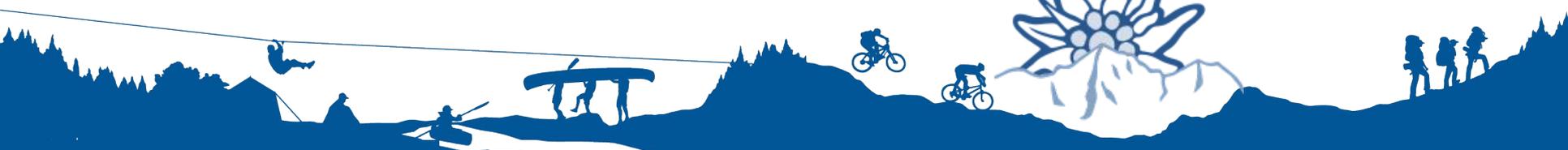
Инструкторское удостоверение  
№825-12



# Теория

## Теоретические занятия:

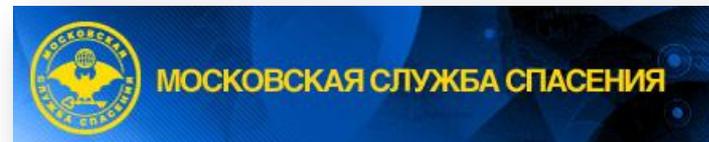
- ✓ Техника
- ✓ Тактика
- ✓ Стратегия
- ✓ Безопасность
- ✓ Вопросы ориентирования
- ✓ Медицина ЧС (дополнительные курсы МЧС)





# Курс первой медицинской помощи при МСС

1. 16 академических часов;
2. Навыки оказания помощи при кровотечениях, ранениях, различных видах травм;
3. Простейшие реанимационные мероприятия;
4. Занятия проводят врачи с опытом практической работы в условиях ЧС.





# Практика

## Практические занятия:

- ✓ Экскурсия
- ✓ Занятия на искусственном рельефе
- ✓ Занятия на «живом» рельефе
- ✓ Вербочный курс
- ✓ Поисково-спасательные работы (ПСР)
- ✓ Поход выходного дня (ПВД)
- ✓ Учебно-тренировочный лагерь (УТВ)





# Экскурсия

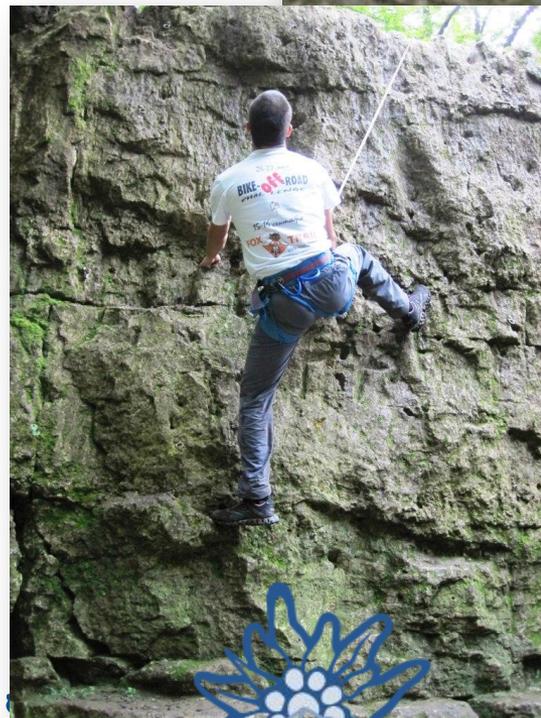
1. Этапы подготовки экскурсии.
2. Задачи экскурсии и процесс.
3. Методика и техника проведения экскурсий.
4. Отработка маршрута, выбор приемов показа и рассказа
5. Деловой этикет и особенности взаимодействия с клиентами в условиях городской экскурсии





# Занятия на «живом» рельефе

- Способы передвижения по «живому» рельефу, подъем, спуск, траверс.
- Организация страховочных станций. Самозадержание на склоне, работа со специальным снаряжением.
- Организация переправы с самонаведением

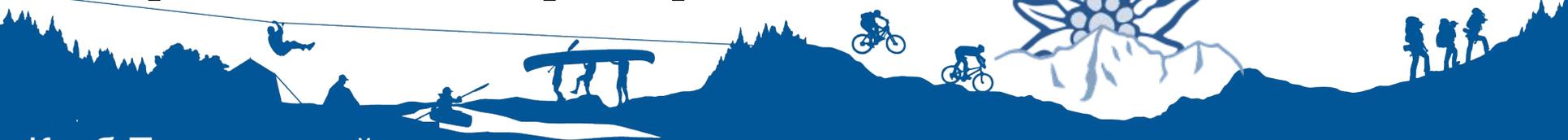




# ЛЕДОЛАЗАНИЕ

Ледовый тренажёр  
(Н 14м; В 4м.)

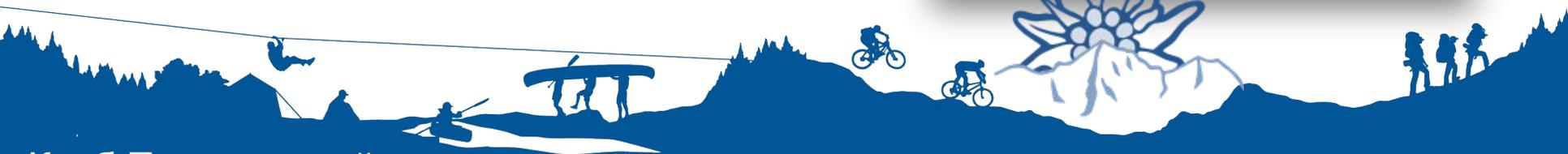
*Тренировка организована таким образом, чтобы дать участникам полное общее представление о ледолазании, об общих технических и тактических приёмах лазания и обеспечения страховки на льдом рельефе.*





# Поисково-спасательные работы (ПСР)

1. Организация ПСР в сложных условиях
2. Современные приборы слежения и навигации
3. Способы взаимодействия с контрольно-спасательными службами (КСС)





# Поход выходного дня (ПВД)

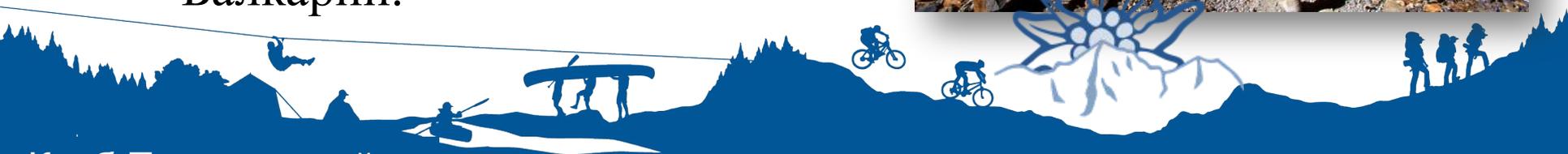
1. Правила организации и проведения ПВД
2. Роль и ответственность инструктора при проведении ПВД
3. Правила оформления отчёта о проведенном ПВД





# Учебно-тренировочный выезд (УТЛ)

1. Учебно-тренировочный лагерь группы в горы КБР на базу горной подготовки Министерства обороны Российской Федерации.
2. Теоретические и практические занятия под руководством военных инструкторов Кабардино-Балкарии.





# Экзамены

**По окончании курса участнику  
предстоит сдать:**

1. Экзамен по теории
2. Экзамены по практике на искусственном рельефе
3. Экзамены по практике на «живом» рельефе





# Требования к участникам

1. Желание стать инструктором
2. Лидерские качества
3. Отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям активными видами спорта
4. Старше 14 лет
5. Посещение всех теоретических и практических занятий



# Стоимость программы

СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ШКОЛЫ ИНСТРУКТОРОВ	Стоимость для участников	
	без Клубной Карты	по Клубной Карте
05.12.2015 - 22.05.2016	16900 руб.	15400 руб.

## Что включено в стоимость:

- Теоретические занятия от КП (оплата зала, работа преподавательского состава, инструкторов);
- Практическое занятие «Ведение экскурсии» (трансферт, работа водителя экспедитора и экскурсовода).
- Практическое занятие по «Экстремальной медицине» (трансферт, работа инструктора, рабочий материал, манекены)
- Выдача аттестации и

## Что НЕ включено в стоимость:

- проезд до места проведения практических занятий.
- Практические занятия на ледодроме.
- УТЛ на Северном Кавказе
- Дополнительные внешние курсы
- Питание в учебных выездах
- Аренда личного снаряжения